

バレーボールの指導について

－6人制の内容をとり入れた指導－

前 川 秀 郎

1. はじめに

6人制のバレーボールが普及して来た現在中学校の教科体育の指導過程の中にも6人制の内容を多く取り入れた指導をすべき段階に来ていると思います。新指導要領では「9人制か6人制かについてはそれぞれの長所を生かし適切に採用することである。内容の段階別取り扱いとの関連で決めたり、指導の段階に応じて決めることが考えられる」という程度にしかふれてなくどの程度、どのように指導すべきかは明確にしるされていない。要するに指導者各自が研究してそれぞれの長所を取り入れ、指導過程の中へ適切にとり入れる必要があるわけです。そこで私自身が6人制の内容をとり入れた指導を試みた中から次の点に関してこれから述べてみたいと思います。

- 1、6人制と9人制に対する生徒の受け取り方
- 2、ゲーム内容について
- 3、ローテーションに対する生徒の反応と問題点

1、6人制と9人制に対する生徒の受け取り方

6人制の指導に入る前の予備調査も兼ねて現在高校1年（46年卒）が中学3年時に9人制9時間（個人的技能3時間集団的技能とゲームを6時間）6人制を5時間（シートレシーブ乱打ゲーム）指導した後でアンケートを取ってみた結果6人制を好む生徒が82人、9人制を好む生徒が18人と圧倒的に6人制を好む生徒が多かった。その主な理由をあげると（資料1に生徒の感想）

- 1.人数の関係で動きが多くなり積極的になる。退くつすることがない。
- 2.技術はむづかしくなるが変化に富んでいて面白い。
- 3.ボールにふれる回数が多くなる。
- 4.色々なポジションを経験出来る。
- 5.ポジションに対する不満が少なくなった。

と云ったように9人制を指導しているとき問題点となった事柄が多くでて来た。すなわち6人制にすると9人制の時に問題になった点がいづらか解決出来たと云えよう。資料～線の部分

＜参考資料1＞

6人制を好む生徒の感想例

A 6人制の場合攻めや守りに幅広いプレーが出来人数の関係からも積極的にやらなければならないことなど9人制に比べて自由でスピード感があり責任の重要さという点からも非常によかった。またローテーションをすることにより身長や体力的な隔りから来る問題もいづらか解決されたように思う。従って最初から6人制をするのはむづかしいと思う。はじめ9人制でバレーボールに慣れてから、6人制で行えば非常に意義があると思う。

B 9人制のときは後衛なら後衛、前衛なら前衛のようにポジションが決っていたので、スパイクを打つ人はスパイクばかりレシーブする人はレシーブばかりで変化がなくてつまらなかった。またコート内に9人もいるので守備範囲がせまい点もまた、つまらない原因だと思う。その点6人制は少し技術がいるが、守備にも変化があり、6人で守るためグループ全員が楽しくバレーボールができたのではないかと思います。

C 9人制ではポジションが常に一定なので後衛は退くつする。また、人がたくさんいるため、人まかせにな

りやすい。6人制ではローテーションをするためにすべてのポジションを守らねばならないのでややひどいが退くつすることがないので良いと思う。

D 6人制の方がはるかに面白いと思った。9人制では位置の移動がないから一ヶ所しかやれないのでややスリルに欠ける。しかも同じほどの広さのコートを今までの量の人数で守るわけだからずっと動くべき範囲が広くなりボールにふれる回数が多くなる。9人制では6人の人がキルを打てずに守るだけなのでとかく失敗がおこると前衛が悪いとか、後衛が悪いなどといったいいあいし、キルを打てない人達の不満も起りやすかった。それが6人制になると和気あいあいと実に楽しかった。

9人制を好む生徒の感想例

a) 私は9人制の方が面白かった。6人制の場合は動きは多くなるけれどもラリーが続かず、プレーが中断してしまうので面白くない。

b) 9人制の方は位置が固定されているので誰にパスして誰がキルを打つかわかっていてわかりやすい。6人制の方はそれと反対にキルを打つ人が変って誰にトスをあげればいいのかわからなくなるから。

長所 キルの上手な人は前衛という具合に位置が固定されてチームが強くなる。

キルを打つ人が決るので誰にトスすればよいのかわかりやすい。

位置が決まるので、後衛の人はレシーブの練習に重点を置けばよい。

短所 人数が多すぎる。

2. ゲーム内容について

a 各学年での指導過程の概要

1年 総時数 15時間

個人的技能 7時間 パス、トス、アンダーバンドサーブ、レシーブ

集団的技能 8時間 シートパス、シートレシーブ、サーブレシーブ、乱打、アンダーハンドサーブによるゲーム

2年 総時数 12時間

個人的技能 4時間 パス、トス、レシーブ、スパイク

集団的技能 8時間 シートレシーブ、3段攻げき、サーブレシーブ、乱打、ゲーム

3年 総時数 12時間

個人的技能 3時間 パス、トス、スパイク

集団的技能 9時間 シートレシーブ、攻げきに対するレシーブ、サーブレシーブ、乱打、ゲーム

〔註〕。毎時の指導の細案は省略

・集団技能においては人数を6～7人にしての固定ポジションとローテーションを併用して指導を行なった。

1・2年ではシートレシーブ乱打の過程でローテーションも取り入れゲームの段階では固定ポジションで行なった。

3年では集団技能のはじめからローテーションで行ないゲームもローテーションを入れた。6人制のルールに近いものにした。

2. 各学年のゲーム内容について

表 I

	ゲ ー ム に お け る 段 階 別 の 内 容	1 チームの人の パス、トス、スパイクの技能	6 人制の 2, 3 段攻げきをま じえたゲームの条件との関連
1 年	初歩的ゲームの段階 サーブ→サーブレシーブ→パス (3 回以内で相手に返す)をパ ターンとするゲーム (指導書の初歩的段階)	パス、トスの技能が 全般に低い。	否
2 年	3 段攻げきのゲームの段階 3 段攻げきが意図的にゲームの 中に出現する。(よいパスが前え いに返った場合、強い攻げきは 少いが何とか攻げきで返そうと する) (指導書の進んだ段階)	技能の個人差が大きい。 (スパイクの技能の高い人は パス、トスの技能も高い)	攻げき者が前えいにいるとき は可能 後えいにまわったときくずれ る。
3 年	2, 3 段攻げきのゲームの段階 チャンスボールの多くは 3 段攻 げきで、相手に返す。 (指導書のさらに進んだ段階)	パス、トスの技能の個人差が 少なくなる。チーム内に 2～ 3 人の攻げきできる人がある。	一応最低の条件はみたされる。
		ビ デ オ 参 照	ビ デ オ 参 照

註 6 人制 2, 3 段攻げきをまじえたゲームの条件

- ① 6 人全員が攻げきレシーブが出来る。
高度な技術を使つてのゲームが出来る。
- ② 2 人の主力攻げき……常時 3 段攻げき可能
2 人の補助攻げき 1～2 人のセッター……変化のある攻げき可能
- ③ 2 人の攻げき
1～2 人のセッター……最低の条件

このところでは実際の動きをビデオにとった個人的技能(パス、トス、スパイク)とゲーム(乱打、ゲーム)のようすを見ないとわかりにくいわけですが、表 I のまとめのように、1 年では 1 チームに 1～2 人は後衛から直接相手へ返す能力はあるが全般的にまだパス、トスの技能が低い段階でゲーム内容も初歩的段階から 3 段攻げきの中間的段階でサーブ→サーブレシーブ→パスで相手に返すパスゲームが主で偶然のダイレクト攻げきやトスがあがった場合のみ攻げきが入る段階である。勿論 6 人制(ローテーションを入れた)では攻げきは出来ない。

2 年生では、まだ 1 チーム内の個人差が大きく、攻げき者を前衛に固定した場合には 3 段攻げきが意図的連続的にあらわれる段階でチャンスボールの多くは 3 段攻げきに結びつく。しかしローテーションをした場合には攻げき者が前衛にいるときは 3 段攻げきは可能だが後衛にまわった場合にはくづれゲーム内容が低下する。

ゲーム内容が低下するとゲームが面白くなり自分勝手なプレーを誘発しチームの協力がくづれてくると云う問題点も生じてくる可能性がある。3年生ではパス、トス、スパイクの技能の個人差が少なくなりチーム内に2～3人の攻げき出来る人があり2、3段攻げきの段階のゲームが出来る。6人制のローテーションを取り入れた場合の最低の条件も満たされる。

3. ローテーションに対する生徒の反応と問題点

ローテーションを取り入れた授業を行なった場合における主な問題点としては次のようなことが考えられた。

- 1、強いときと弱いときの差が大きすぎる。
- 2、アタッカーが後衛に回ったとき積極性を欠きチームワークの乱れが生ずる。
- 3、ラリーが続かず固定ポジションよりゲーム内容が低くなる。
- 4、弱いときには相手に連続得点され、殆んど得点することが出来ずに終る場合がある。

生徒のローテーションに対する反応は次の参考資料2の感想例を参照していただきたい。

＜参考資料2＞

ローテーションの方が良い理由

- ・はじめの間、固定の方が良かった。前衛になっても打てないし、ブロックもむずかしい。それでローテーションがいやであったがそのうちおもしろくなった。
- ・固定ポジションだとレシーブならレシーブだけだがローテーションだとレシーブ、トス、キル、ストップ全部をすることが出来る。
- ・固定ポジションも好きだからどちらともはっきり言えないが前衛ばかりやっているとレシーブができない。後えいばかりやっているとキルができないということでローテーションの方がよい。
- ・高度な技術を必要とし練習をするにもおもしろい。
- ・自分のポジション以外を受けもつので未知ということに興味がわく。
- ・チームの強さは弱くなりますがそれぞれの人がそれぞれの位置でのバレーボールの仕方がわかると思えます。ある位置だけだったらその他の位置のようすがわからないからです。
- ・いろいろなポジションでやるとキルを打つことやトスをあげることやレシーブすることなどがみんなと同じはどうもなまってかたよらないからよいと思う。
- ・自分の嫌いな所や好きな所が順々に来て不得意な所もうまくなる。

固定ポジションの良い理由（人数6人）

- ・ローテーションだと後えいだった人が前えいに来るときこちなく見ていてはがゆい。
- ・ローテーションだとそのポジションになれないままに変わってしまうし、又、前えいになった人はあまりキルを打てない人でも一回でも打ってみたいという衝動にかられてダイレクトやむりな球を打ってミスすることが多い。とくに僕らのグループは特にすぐれた人がいないので最後のキルを打つ人が決まっていなくなるとチームワークがバラバラなのでローテーションするとますますバラバラになってしまうと思う。
- ・まだ技術が平均していないためローテーションだと攻げき力が安定しない。
- ・ローテーションだとアタッカーが後えいに来たときチームが完全にバランスがくずれて攻げきでない。固定ポジションだと自分の得意な場所のできるのでバランスがとれ、安定して攻げきができレシーブもよくなる。
- ・自分の特色が生かせるブロックのできない人が前えいにいった場合などラリーがつづかないのでおもしろくない。
- ・ローテーションだとまだ2年生なので1人1人キルを打つにもよくできない。強いときと弱いときの差が大きくなりすぎる。

・回っているうちにわからなくなってしまうから、回っているうちに前衛が無力の組合せになって攻げき力が弱くなる。固定の方が守備がなれるから。

僕は背が低いので前えいへ行った場合キルやストップが思うように出来ない。後えいでキルやサーブを受ける方がはるかに楽しい。

まとめ

本年は6人制の内容をとり入れた指導を実際に行なって見た段階でしっかりしたまとまりがつきませんでした。が今までのことを簡単にまとめてみますと、

- 1、6人制の指導では指導要領のさらに進んだ段階までの指導は可能と言えよう。
- 2、段階に応じて6人の固定ポジションで行なった方がよい。特に個人差の幅の大きい2年生の段階や攻げき者が1人しかいないときは固定ポジションでゲーム内容を高めた方がよい。
- 3、ローテーションをすると固定ポジションよりゲーム内容が低下する。
- 4、9人制より6人制の方に生徒は興味を示す。9人制の後衛がボールにふれる回数が少なくて退くつすると云う問題点が、解決される。
- 5、ローテーションでは強いときと弱いときの差が大きい。

といった点があげられます。

殆んど資料はビデオで取っており、それを文章にしてうまく表現できずまとまりのないものになってしまった。今後6人制の指導法等の研究を重ね問題点の解決に努力していきたいと思っています。